



# ほっとカフェだより



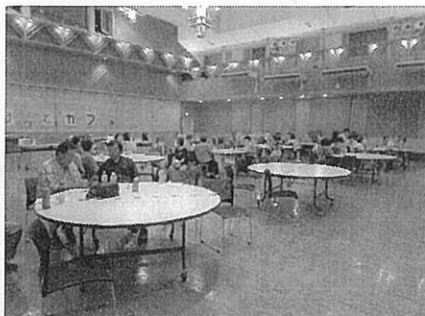
発行者：ほっとカフェ実行委員会

ほっとカフェは、認知症の人や家族、地域住民など誰もが参加できる場をつくり、認知症への理解を深め、認知症の人や家族を支援するための場です。

「カフェ」という名のとおり、お茶やコーヒーなどを飲みながら、くつろいだ雰囲気の中で心配なことや気になっていることを話せるのがポイントで、誰でも気軽に参加できます。

「ほっとカフェだより」では、カフェの様子やお話しの内容などをお伝えします。

## ●7月26日開催「映画上映会」



「ぼけますからよろしくお願ひします。～おかえりお母さん～」の映画上映会を開催しました。上映中は参加者の笑い声が聞こえたり、涙ぐむ人もいましたが、参加者から「すごく良かったよ」「親の介護について考えることができた」などの意見が聞かれました。

## ●10月18日開催

### 「チェロとピアノのミニコンサート&うたごえサロン発表会」



毎年開催しているミニコンサートには、町内在住の松山さん、浜田さん、中村ピアノ教室代表の中村さんが出演してくださいました。コンサートではクラシックやみんなが知っている歌謡曲を中心に演奏してくれ、参加者もリズムを取りながら聴いていました。

後半は社会福祉協議会で開催している、うたごえサロンの発表会で、4曲が披露されました。最後に松山さんから「年齢を気にせず、目標を持って楽しむことが大切」とのお話がありました。

当日は13名が参加され、みなさん素敵な音色にうっとりでした。

● 5月10日開催

内容：エンディングノートの書き方について

講師：保健福祉センター 請川保健師



講師の請川さんより、「陸別版エンディングノート」を使い、書き方についての説明がありました。説明の中で「家族は思っているほど互いのことを知らない」「出身地や出身校などは意外に重要」などの話があり、参加者の中には「家族に全て伝えてある」と話す方もいました。

● 9月13日開催

内容：認知症の話とグループホームの一日について

講師：NPO優愛館 原子管理者



講師の原子さんより認知症とグループホームの一日について説明がありました。グループホームの説明では、日課表や入居者の様子が分かる写真などを使いながら説明してくれ、「グループホームに自由はあるがルールもある」と話されていました。質疑応答では、通院の対応や夫婦で入居できるのかなどの質問があり、関心の高さが伺えました。

● 2月14日開催

内容：認知症について

講師：陸別診療所 角熊医師



角熊先生より認知症についてのお話がありました。認知症は種類によって症状の違いがあること、物忘れとの違いや予防法について参加者に分かりやすく説明してくれました。

参加者からは「食事に気を付けることはあるか」「心配になったらどこに相談したらよいか」などの質問があり、「診療所に来てください」と角熊先生よりお話がありました。

当日は予定を上回る40人以上の方が参加してくれ、カフェ時には参加者同士で交流する場面も見られました。

【ほっとカフェ実行委員会】

- ・陸別町地域包括支援センター：請川・中鉢・伏見・亀田（電話27-8001）
- ・しらかば苑：佐藤・加藤（電話27-3803）
- ・NPO優愛館：原子・伊藤（電話27-2500）
- ・社会福祉協議会：高橋・小澤（電話27-2760）